

令和 6 年 5 月 24 日現在

機関番号：22401

研究種目：基盤研究(C)（一般）

研究期間：2018～2023

課題番号：18K01758

研究課題名（和文）看護師の職務継続に関わるレジリエンス向上のための支援プログラムの構築

研究課題名（英文）Establishment of a support program for nurses to improve their resilience regarding job continuity.

研究代表者

田中 広美（tanaka, hiromi）

埼玉県立大学・保健医療福祉学部・准教授

研究者番号：50404819

交付決定額（研究期間全体）：（直接経費） 3,300,000円

研究成果の概要（和文）：病院に勤務する看護職者を対象にレジリエンス向上のための研修会を開催した。研修では職務遂行上起こりうる困難な状況および対処行動としてレジリエンスの理解とレジリエンス力を向上させる方法について説明した。研修受講後の反応は好評であり、レジリエンス向上にむけた成果は一定程度得られたと考える。

本研究の取り組み時期とCOVID-19感染対策が盛んに行われた時期が重なり、病院への出入りが制限され研修も中止を余儀なくされることが多く協力施設は1か所のみであった。

研究成果の学術的意義や社会的意義

職務遂行にあたりレジリエンス力を理解し、それを意識して行動することにより個人の存在意義を再確認するとともに顕在的・潜在的能力をみつめることにつながると考える。また組織にとって人材育成や教育的観点からレジリエンス向上に関する研修は活用可能性は大きいと考える。

研究成果の概要（英文）：A training session on improving resilience was held for nurses working in hospitals. The training provided an understanding of resilience as the ability to cope with difficult situations that may arise in the performance of one's duties and how to improve one's resilience. Although the target nurses had a wide range of experience and duties, their reactions after attending the training were favorable, and we believe that we were able to achieve a certain degree of success in improving resilience. The challenge was that the timing of this study coincided with the period when COVID-19 infection control measures were being actively implemented, and access to hospitals was often restricted and training sessions had to be canceled. As a result, only one facility was able to cooperate. We intend to continue to hold this training in the future to confirm the results.

研究分野：経営学関連

キーワード：看護職者 職務継続 レジリエンス

1. 研究開始当初の背景

看護職者は医療の高度化・専門分化により常に自己研鑽しながら職場に適応して職務遂行することが求められる。しかし、変則的勤務によるリズム変調、精神的な緊張やストレスフルな状態から気分の落ち込みやモチベーションの低下を招き、離職という結果に至る場合もある。日本看護協会の看護職員離職率調査によると、2015年度の離職率は常勤者 10.9% (前年比 0.1 ポイント増)、新卒者 7.8% (同 0.3 ポイント増)との報告がある(日本看護協会, 2017)。さらに厚生労働省が行った看護職員を対象とした調査では、退職理由に、看護職員にむかなかった、キャリアアップの機会がない、教育体制が充実していない、責任の重さ・医療事故への不安がある、夜勤の負担が大きい、休暇がとれない・とりづらい、超過勤務が多い、人間関係などが挙げられていた。このような身体的疲労感の慢性的蓄積や長期的な精神的に負荷はうつ病の発症や自殺といったケースに移行する可能性もある。労働衛生の視点から、疲労の蓄積、その他メンタルヘルスを含む心身の状態を安定させる意図的介入としてメンタルヘルス活動に取り組む必要があると考える。現在、病院組織(看護部)における専門職の教育体制は、「クリニカルラダー」などを用いて積極的に行われており、キャリアを形成するプログラムが整備されている。その一方で、キャリアを継続していくために看護師個々が身体・心理的側面におけるストレスマネジメントへの取り組みは十分ではない。困難な事象に対峙しながらも、自身の状況に気づく力やレジリエンス(回復力)を備えることで、ストレスの軽減につながり、効果的なセルフコントロールになると考える。組織で取り組むエンパワメントと看護師に対するストレスマネジメントの実際として、その場を提供し有効性を検証する。看護師自身が自身の状態に気づくセルフモニタリングを理解し、困難な状況を捉えレジリエンス(回復力)を発揮できるようにスタッフ(人材)に働きかける。

文献：日本看護協会(2017)：2016年病院看護実態調査結果速報,看護協会ニュース,vol.595.

厚生労働省：「看護職員就業状況等実態調査」(平成22年度)、医療従事者の需給に関する検討会、看護職員の需給に関する基礎資料。(mhlw.go.jp)

日本看護協会：看護職労働環境の整備の推進、メンタルヘルスケア
<https://www.nurse.or.jp/nursing/shuroanzen/safety/mental/>

2. 研究の目的

本研究の目的は、病院に勤務する看護師に対するストレスマネジメントの能力向上と組織のエンパワメント力を向上させるプログラムを構築し、気分や精神的健康度などの心理的負担を軽減することを実証的に示し、効果を検証することである。

3. 研究の方法

第1期：実態調査(2018年)

看護部への研修内容の現状のききとり調査(看護部組織)

第2期：先行研究や文献を活用したセルフモニタリング向上に資する研修内容検討

研修成果の評価指標の検討、所属施設での倫理審査申請(2019-2020年)

第3期：レジリエンス向上支援研修会の実施(2021-2023年)

- ・セルフモニタリング、レジリエンス、ストレスマネジメントに関する理解を深める
- ・調査用紙による研修前後のストレス度合チェック
- ・調査用紙による研修前後に介入に対する主観的度合チェック

第4期：評価・検証（今後実施予定）

- ・介入の効果評価、成果検討
- ・レジリエンス向上支援プログラム作成

4．研究成果

第1期では臨床における実態調査実施と研修プログラムの検討を目指し、病院の副看護部長や教育担当師長、臨床看護師に、自身が受けた研修や、現在に行われている研修内容の聞き取りを実施した。施設内にメンタルサポートをする部署があり、自覚・他覚的な事象があった場合の活用がなされていた。また、看護部が実施する研修ではその多くは看護師の臨床実践に必要な能力を段階的に確認するクリニカルラダーを採用し、知識や看護技術の向上を目指した研修であり、看護部主催の看護師のメンタルヘルスの視点に立った教育は実施されておらず、組織的な取り組みはなされていなかった。これまで、知識や技術の向上に関する研修が主であったが、これらと平行してメンタルヘルスに関わる取り組みとしてレジリエンス力向上にむけた研修の必要性および臨床現場で活躍する看護師のレジリエンスやメンタルヘルスを支援するプログラム構築と教育の一環として研修を実施する意義が確認できた。しかし、看護部主催の研修プログラムは年間予定として体系的に組み立てられており、単発での実施が受け入れ可能となりやすいことがわかった。

第2期の取り組みとして、先行研究や自身の研究成果およびレジリエンスを理解するための文献を収集・分析した。看護師を取り巻く困難な状況として、新卒看護師の半数以上が環境の変化に戸惑い長期間にわたりリアリティショックを感じながら職務を継続しており（田中,2022a）、3年目では業務の多忙さや多重課題による身体的・精神的負担のほかに同僚や医師との関係性に困難を感じていた（田中,2022b）。また5年目では業務の多忙さ、重症度の高い患者のケアやリーダー業務に伴う負担、同僚や医師との関係性に困難を感じていた（tanaka,2023）。以上のように、看護師は困難に直面しながら職務を遂行しており、メンタルヘルスへの組織的な関わりが必要であることがわかった。これらの困難な状況や身体・心理面への影響、対処行動など具体的に提示しながら知識の提供を行い、自身が置かれている状況への気づきやメンタルヘルスへの意識づけとなる研修の必要性があると考えた。

第3期では、協力施設のニーズに合わせて研修対象者を受け入れ、看護師を取り巻く困難の状況や身体・心理に及ぼす影響、レジリエンスの基本的な理解、対処行動について知識の提供を行った。当初の計画ではアクティブラーニングを併用する予定であったが、COVID-19感染対策により外部者の立ち入りや接触、会話が制限されたため、変更を余儀なくされた。内外問わず研修が取りやめとなる事態となったが、状況の変化に合わせ可能な範囲で研修会を開催することができた。当初の計画通りに研修を開催することはできず、どの病院も同様の状況にあったが協力施設は1か所、合計5回の実施であった。

研修を受講した看護職者99名を対象に研修受講後アンケート調査を実施した。そのうち64名から回答があり（回答率61.6%）、そのうち経験年数の記載が無い3名を除外し合計61名であった（有効回答率95.3%）。経験年数は2年-30年であり、2年目20名と最多であった（32.8%）。研修前のストレスは平均7.08（SD±1.960）、研修後は6.13（SD±1.970）に減少した。レジリエンスへの興味は、研修前に平均5.52（SD±2.087）、研修後は7.44（SD±1.893）に上昇した。研修の満足度は平均7.62（SD±2.091）と高値であった。研修後の満足度と相関があったのは、看護実践を振り返る機会になった（.627**）、レジリエンスの興味の度合い（.798**）、参考になった（.845**）であった。

研修内容の参考の度合いと相関があったのは、研修後の満足度(.845**)、レジリエンスへの興味(.758**)、看護実践を振り返る機会(.636**)であった(** $p < .01\%$ 両側))

結論：研修受講によりストレスの減少がみられ、レジリエンスへの興味の度合いが上昇したことから、レジリエンスの考えかたに興味をもって受け止めた成果と考える。また、研修の満足度は、看護実践を振り返る機会の提供や参考になったことと関係があった。経験年数や役割により直面する困難は多様であるため、役割や経験年数などの対象別の研修を提供することが有効であることがわかった(tanaka,2024)。現時点でプログラムの作成には至っていないが、今後も継続して研修を実施していきたいと考えている。

第4期の評価・検証については今後実施していきたいと考えている。

田中広美(2022a)：急性期病院に勤務する新卒看護師が直面する困難と就業継続にむけた支援のありかた,日本看護学教育学会誌 32(1),65-77.

田中広美(2022b):急性期病院に勤務する3年目の看護師が直面する困難と対処行動,第43回日本看護科学学会学術集会

Hiromi tanaka(2023):Difficulties and Coping Experienced by Fifth-Year Nurses in Acute Care Hospitals, 26th East Asian Forum of Nursing Scholars

Hiromi tanaka(2024):Consciousness Change Through Resilience Training for Nurses, 27th EastAsian Forum of Nursing Scholars

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計2件（うち査読付論文 2件 / うち国際共著 0件 / うちオープンアクセス 2件）

1. 著者名 田中広美	4. 巻 32(1-2)
2. 論文標題 急性期病棟に勤務する新卒看護師の就業継続にむけた支援のありかた	5. 発行年 2022年
3. 雑誌名 日本看護学教育学会誌	6. 最初と最後の頁 65-77
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.51035/jane.32.1-2_65	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

1. 著者名 田中広美	4. 巻 28(1)
2. 論文標題 対人関係におけるセルフモニタリングの概念分析	5. 発行年 2018年
3. 雑誌名 日本看護学教育学会誌	6. 最初と最後の頁 13-23
掲載論文のDOI (デジタルオブジェクト識別子) 10.51035/jane.28.1_13	査読の有無 有
オープンアクセス オープンアクセスとしている (また、その予定である)	国際共著 -

〔学会発表〕 計6件（うち招待講演 0件 / うち国際学会 3件）

1. 発表者名 Hiromi Tanaka
2. 発表標題 Consciousness Change Through Resilience Training for Nurses
3. 学会等名 27th East Asian Forum of Nursing Scholars (国際学会)
4. 発表年 2024年

1. 発表者名 Hiromi Tanaka
2. 発表標題 Difficulties and Coping Experienced by Fifth-Year Nurses in Acute Care Hospitals
3. 学会等名 26th East Asian Forum of Nursing Scholars (国際学会)
4. 発表年 2023年

1. 発表者名 Hiromi Tanaka
2. 発表標題 Characterization of the difficulties in the job execution of new graduate nurses and their resilience
3. 学会等名 23th East Asian Forum of Nursing Scholars (国際学会)
4. 発表年 2020年

1. 発表者名 田中広美
2. 発表標題 急性期病院に勤務する3年目の看護師が直面する困難と対処行動
3. 学会等名 第42回日本看護科学学会学術集会
4. 発表年 2022年

1. 発表者名 田中広美
2. 発表標題 急性期病棟に勤務する新卒看護師の就業継続にむけた支援のありかた
3. 学会等名 第41回日本看護科学学会学術集会
4. 発表年 2021年

1. 発表者名 田中広美
2. 発表標題 看護実践中の看護師のセルフモニタリング～新人看護師に焦点を当てて～
3. 学会等名 第40回日本看護科学学会学術集会
4. 発表年 2020年

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

-

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
--	---------------------------	-----------------------	----

7. 科研費を使用して開催した国際研究集会

〔国際研究集会〕 計0件

8. 本研究に関連して実施した国際共同研究の実施状況

共同研究相手国	相手方研究機関
---------	---------